

## Ponha em Prática as Medidas de Segurança Quando Utilizar a Escada

- Fique sempre de frente para a escada quando estiver a subir. Mantenha 3 pontos de contacto. Use um cinto para ferramentas ou um guincho para erguer as ferramentas.
- Não tente alcançar longe demais! Mude a posição da escada.
- Quando estiver a trabalhar numa escada em alpendres e varandas elevados, lembre-se que uma queda pode mandá-lo ao chão.
- Não coloque a escada em frente de uma porta sem antes a ter bloqueado.

## Mantenha as Escadas em Boa Condição

Mude de sapatos regularmente. Lubrifique os suportes de metal, as travas de segurança e as polias.

## Dé Informação aos Seus Trabalhadores

Embora as escadas sejam usadas todos os dias, é fácil esquecer as precauções a tomar. Elas são uma das causas principais de acidentes de trabalho. Tenha a certeza que os seus trabalhadores compreendem e põem em prática as medidas de segurança no trabalho.

## Cumpra os Regulamentos do OSHA

O critério do OSHA serve de base para hábitos prudentes de trabalho. Se seguir esse critério poderá salvar a sua própria vida.

O Critério para Escadas:

CFR 29, 1926.1053-.1060

## Para Mais Informação:

Contacte o Projecto Fatality Assessment e Control Evaluation de Massachusetts (MA FACE) ou o Occupational Safety e Health Administration (OSHA).

## MA FACE Project

Occupational Health Surveillance Program  
Massachusetts Department of Public Health  
250 Washington Street  
Boston, MA 02108  
(617) 624-5627

## Para informação sobre os regulamentos do OSHA:

Massachusetts Division of Occupational Safety  
(617) 969-7177

## OSHA Regional Office

JFK Federal Building- Room E340  
Boston, MA 02144  
(617) 565-9860

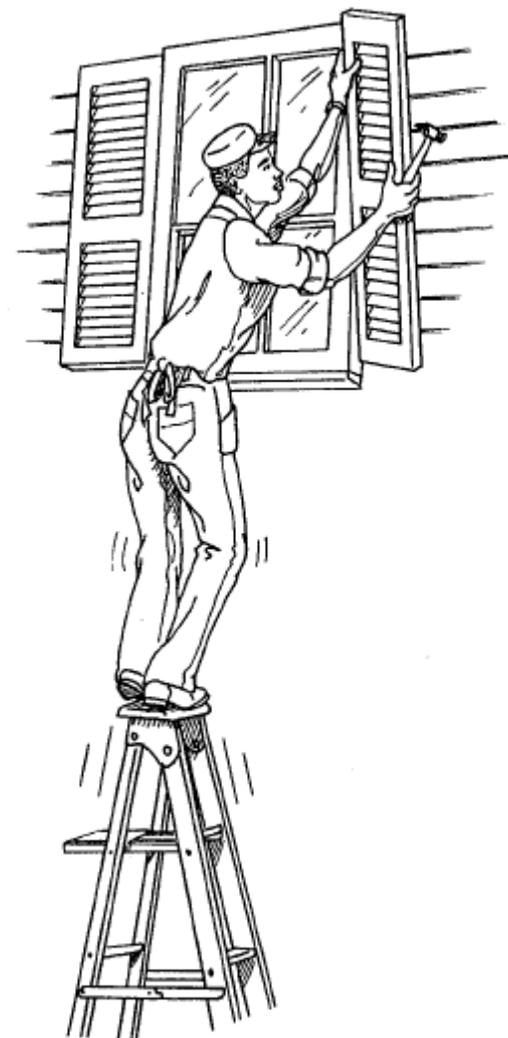
O FACE é um projecto de prevenção de acidentes de trabalho dirigido pelo Departamento de Saúde Pública de Massachusetts. O FACE investiga acidentes mortais no local de trabalho a fim de identificar factores de risco que provocam acidentes mortais. O objectivo do FACE é evitar acidentes: este Projecto não se encarrega de fazer cumprir os critérios de segurança.

O Projecto FACE é pago pelo Instituto Nacional para Segurança e Saúde no Trabalho (NIOSH).

Agradecemos imenso a todos os mestres de obras/trabalhadores de construção e às outras pessoas que nos ajudaram com o planeamento deste folheto informativo.

# MEDIDAS DE SEGURANÇA A TOMAR COM ESCADAS

## PARA MESTRES DE OBRAS DE CONSTRUÇÃO RESIDENCIAL



Departamento de Saúde Pública do  
Estado de Massachusetts  
Projecto de Avaliação de Acidentes Mortais e  
de Controlo de Avaliação (FACE)  
Portuguese Language

## Uso Incorrecto da Escada: uma das Principais Causas das Quedas Fatais em Construção

Um mestre de obras de 62 anos de idade caiu de uma altura de 20 pés quando estava a instalar a imposta exterior de um alpendre no primeiro andar de uma casa nova. Ele estava a usar uma escada de 7 pés, e perdeu o equilíbrio. Os colegas de trabalho o encontraram estendido debaixo da escada. Morreu na mesma noite.

O colapso de uma escada com extensão levou á morte um picheleiro/encanador de 37 anos de idade com uma queda de 20 pés. O picheleiro/encanador estava a descer a escada depois de ter inspeccionado o sistema de ventilação de um telhado. As travas de segurança dos degraus não estavam convenientemente presas, e a escada foi-se abaixo.

Um carpinteiro de 29 anos de idade foi electrocutado quando a escada de alumínio que ele estava a carregar tocou num cabo eléctrico. O carpinteiro estava a deslocar a escada de 40 pés, da parte da frente de uma residência de três famílias, quando tocou no cabo eléctrico suspenso a 24 pés de altura.

---

**Os cabos eléctricos eatão por todo o lado! Cuidado com a electrocuição quando usar escadas perto deles.**

## Medidas de Segurança a Seguir com Escadas

### Esteja preparado antes de começar

- Obtenha o tamanho correcto de escada para o trabalho que vai fazer. Verifique a potência da escada.
- Verifique se o trabalho pode ser feito com segurança utilizando uma escada. Se não, use uma armação de andaimes.
- Ligue para a companhia de electricidade se precisar de ajuda no caso do trabalho ter de ser feito perto de algum cabo eléctrico.

### Inspeccione as Escadas Antes de as Usar

- Verifique se os degraus da escada não estão frouxos, rachados ou escorregadios, se os corrimões não estão fendidos e as solas dos sapatos não estão gastas. Verifique se as travas estão a funcionar.
- Marque com uma etiqueta e remova do lugar de trabalho as escadas defeituosas.



### Quando usar Escada Siga Sempre as Recomendações do Fabricante

- Não use uma escada em posição horizontal como se fosse um andaime.
- Só uma pessoa de cada vez pode usar uma escada.
- Não ponha peso a mais na escada. As escadas podem aguentar até 250- 300 libras (tipo 1 ou 1A). Isto inclui os materiais e a pessoa.

- Não trabalhe nos degraus de cima de uma escada com extensão, ou no degrau superior da escada. Não trabalhe em cima de uma escada fechada.

### Estabilize as Escadas

- Assente a base numa superfície segura e plana.
- Assente a base a uma distância horizontal de 1 pé para cada 4 pés de altura.
- Use estabilizadores de escadas.
- Trave a escada se não puder fixar a base.
- Quando precisar de ter acesso a um alpendre ou telhado, estenda os corrimões da escada 3 pés acima do patamar. Para ter a máxima estabilidade, ate a escada aos suportes da calha, ao corrimão do alpendre, ou a qualquer outro suporte.

